Департамент по образованию администрации Волгограда

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 117 Красноармейского района Волгограда»
(МОУ СШ № 117)

ПРИНЯТО
Заседание Педагогического совета
Протокол № 1
от «31» 08 2026г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказ МОУ СШ №117
№250 от «1» 09 2026г.
Директор МОУ СШ №117
_____И.А.Клачкова

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол»

Физкультурно-спортивная направленность

Уровень: стартовый

Возраст обучающихся: 13-17 лет

Срок реализации: один год, 2026/27 учебный год

Объём: 68 академических часов, 34 учебные недели

Форма обучения: очная

Составитель: Овсянников Р.О.,
педагог дополнительного обучения

Волгоград, 2026

Оглавление

Разделы программы и приложенные материалы

1. Пояснительная записка 3
2. Учебный план 5
3. Календарный учебный график 6
4. Содержание программы 14
5. Воспитание 18
6. Планируемые результаты 19
7. Ресурсное обеспечение 20
8. Список литературы и электронных ресурсов 22
9. Оценочные материалы 23
10. Методические материалы 26

1. Пояснительная записка

1.1. Назначение и особенности программы

Мини-футбол требует видеть партнёра и быстро понимать расположение свободного пространства, но начинающему необходимы спокойный темп и право на дополнительное касание. Программа делает акцент на приёме мяча, удобной короткой передаче и последующем перемещении. Небольшой состав позволяет каждому многократно участвовать в решении задачи.

Обучение проводится по адаптированным школьным правилам и не подменяет официальную соревновательную подготовку по футзалу. Не вводятся обязательная игра в одно касание, силовой прессинг, подкаты и высокие удары. Площадка не используется как замкнутая коробка с отскоками от стены: граница и свободное пространство вокруг неё обозначаются заранее.

1.2. Адресат и условия зачисления

Возраст обучающихся: 13-17 лет. Уровень программы: стартовый.

Спортивный отбор не проводится. Понимание инструкции, сообщение о самочувствии и ориентирование поддерживаются индивидуально. Допуск и ограничения определяются действующим порядком и медицинским заключением.

Рекомендуемый состав группы: 12-16 человек; индивидуально, в парах и подгруппах. Педагог видит каждого; действующая подгруппа уменьшается при недостаточной площади или необходимости дополнительного сопровождения.

1.3. Цель и задачи

Цель: Научить начинающих контролировать мяч в ограниченном пространстве, принимать его подошвой, выполнять короткие передачи и согласованно менять позиции в бесконтактной учебной игре мини-футбола.

Обучающие задачи

• Освоить мягкий контроль мяча подошвой без переноса на него всего веса.

• Принимать низовую передачу и подготавливать следующее действие.

• Выполнять короткую передачу с регулируемой силой.

• Сканировать пространство до приёма и поддерживать партнёра под удобным углом.

• Согласованно менять позиции и соблюдать объявленные правила возобновления.

Развивающие задачи

• Сравнивать собственное действие с двумя заранее названными признаками образца и выбирать одно посильное исправление.

• Слушать условие, уточнять непонятное, договариваться о порядке работы и менять роли без потери безопасности.

• Переносить освоенное правило в изменённую учебную ситуацию и объяснять причину своего решения.

Воспитательные задачи

• Осваивать уважительное взаимодействие, принимать право товарища на другой темп и доступный вариант задания.

• Бережно обращаться с общим инвентарём и своевременно сообщать взрослому о неисправностях.

• Замечать собственное продвижение и обращаться за помощью без сравнения внешности, силы или скорости сверстников.

1.4. Объём и организация занятий

Программа рассчитана на один год: 34 учебные недели, 68 академических часов. Проводятся два занятия в неделю, каждое продолжительностью 45 минут. Расписание и перерывы закрепляются в локальном режиме с учётом возраста и действующих санитарных требований. Академический час включает объяснение, разминку, практику и заключительную часть. Двигательная активность чередуется с объяснением, показом и отдыхом по состоянию обучающихся. Переодевание, дорога и бытовые переходы в учебные часы не включаются. Обязательные домашние задания не предусмотрены.

Типичная организация: личный квадрат, пара с короткой передачей, треугольник поддержки и малая игра. Площадь уменьшается только после освоения контроля; количество касаний не ограничивается ради ускорения. Педагог делает паузы для «снимка эпизода», чтобы игроки показали открытые линии. Ротация ролей обеспечивает одинаковую возможность владеть мячом.

Занятие включает проверку готовности, разминку, освоение и применение движения, спокойное завершение. Педагог регулирует объём по качеству действий и самочувствию. После пропуска достаточно повторного показа и опорной пробы внутри ближайшего занятия. Домашняя тренировка, покупка оборудования и цифровые отчёты не обязательны.

Фактические даты начала и окончания, каникулы, праздничные дни, расписание и переносы организация указывает в своём календаре до начала реализации. Нумерация недель в программе отражает последовательность обучения и не задаёт несуществующих календарных дат.

1.5. Основания разработки

Программа разработана с учётом Федерального закона № 273-ФЗ и Порядка, утверждённого приказом Минпросвещения России № 629. При выборе структуры использованы методические рекомендации Минпросвещения России от 23.01.2026 № АБ-254/06. Это общеразвивающая программа: спортивные разряды, этапы спортивной подготовки и профессиональная квалификация не присваиваются. Федеральные стандарты спортивной подготовки не используются как обязательный учебный план данной ДООП.

Допуск к занятиям осуществляется с учётом медицинских документов в соответствии с приказом Минздрава России от 19.05.2026 № 484н. В случаях пункта 35 заключение по результатам возрастного профилактического медицинского осмотра или диспансеризации с установленной I или II группой здоровья либо основной медицинской группой для занятий физкультурой принимается без дополнительного заключения. При иных группах и установленных ограничениях порядок допуска определяется по соответствующим положениям приказа, в том числе пунктам 37-38; педагог не решает этот вопрос самостоятельно. Медицинские ограничения обязательны; педагог не устанавливает диагноз и не отменяет рекомендации врача. Педагогическая входная диагностика не заменяет медицинский допуск.

При реализации учитываются СП 2.4.2.4283-26 и применимые гигиенические нормативы.

2. Учебный план

Теория включает объяснение правил, показ, обсуждение безопасности и разбор учебных ситуаций. Практика включает освоение действий, упражнения, учебные игры, решение позиций и оценочные задания по содержанию программы. В колонках «Т» и «П» указана суммарная трудоёмкость теоретических и практических частей в академических часах. Эти части распределяются внутри занятий; теория не означает неподвижное слушание в течение всего занятия. Двойной учёт времени исключается.

№	Раздел	Всего	Т	П	Форма контроля
1	Зал границы и безопасный контроль	4	2	2	Соблюдает границы и управляет мячом без опасного наступания.
2	Подошва ведение и разворот	10	2	8	Контролирует мяч близко к себе и сохраняет устойчивое положение.
3	Приём и короткая передача	10	2	8	Принимает под контроль и передаёт готовому партнёру низом.
4	Обзор до приёма и поддержка	10	2	8	Замечает свободную позицию и предлагает партнёру линию поддержки.
5	Сохранение мяча и смена позиций	12	2	10	Меняет позицию без пересечения партнёра и выбирает открытую линию.
6	Учебная игра в ограниченном пространстве	14	2	12	Соблюдает объявленный ввод и поддерживает партнёра без контакта.
7	Итоговый эпизод и самостоятельное решение	8	2	6	Управляет мячом и объясняет решение с учётом положения партнёров.
	Итого	68	14	54	Контроль в составе указанных часов

3. Календарный учебный график

Учебный период: 2026/27 год. Продолжительность: 34 учебные недели. В колонке «№» указан номер учебной недели. В каждой строке запланированы два разных занятия по одному академическому часу. Т/П обозначает количество часов теории и практики за неделю; сумма в строке равна двум.

№	Тема	Содержание двух занятий	Т/П	Контроль
1	Площадка мини-футбола	Занятие 1. Проверяют границы и зоны ожидания, обсуждают запрет подкатов, толчков и игры от стен. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Выполняют первые входные задания и пробуют спокойный контакт подошвы с неподвижным мячом. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Соблюдает границы и управляет мячом без опасного наступания.
2	Сигнал и контроль	Занятие 1. Учатся прекращать движение по сигналу и удерживать мяч в личном квадрате без переноса всего веса. Занятие 2. Заканчивают входную диагностику и выполняют разминку с мягкими касаниями в свободных дорожках. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Соблюдает границы и управляет мячом без опасного наступания.
3	Мягкая остановка подошвой	Занятие 1. Останавливают медленно катящийся мяч лёгким контактом подошвы при устойчивой опоре на другую ногу. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Сравнивают мягкий контроль и запрещённое наступание всем весом на словесном примере и показе педагога. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Контролирует мяч близко к себе и сохраняет устойчивое положение.
4	Перекатывание перед собой	Занятие 1. Небольшим движением подошвы направляют мяч перед собой и возвращают стопу на пол. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Чередуют доступные стороны и выбирают величину движения, при которой мяч остаётся в личной зоне. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Контролирует мяч близко к себе и сохраняет устойчивое положение.

№	Тема	Содержание двух занятий	Т/П	Контроль
5	Короткое ведение	Занятие 1. Ведут мяч небольшими касаниями по короткому коридору, заранее замечая свободный выход. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Останавливаются в конце коридора подошвой и возвращаются отдельным проходом после освобождения пути. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Контролирует мяч близко к себе и сохраняет устойчивое положение.
6	Разворот шагами	Занятие 1. Разучивают разворот с несколькими небольшими шагами и контролем мяча рядом с собой. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Повторяют в другую сторону, уменьшая темп при потере устойчивости либо слишком далёком касании. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Контролирует мяч близко к себе и сохраняет устойчивое положение.
7	Квадрат контроля	Занятие 1. Соединяют ведение, остановку подошвой и разворот внутри широкого личного квадрата без соперника. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Меняют расположение выхода по карточке и заранее выбирают удобное направление движения. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Контролирует мяч близко к себе и сохраняет устойчивое положение.
8	Передача через ворота	Занятие 1. Передают мяч внутренней стороной стопы через широкие ворота на небольшом расстоянии. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Обсуждают удобство силы передачи с партнёром и повторяют после изменения одного технического признака. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Принимает под контроль и передаёт готовому партнёру низом.

№	Тема	Содержание двух занятий	Т/П	Контроль
9	Приём подошвой	Занятие 1. Принимают спокойную низовую передачу подошвой и возвращают мяч только после устойчивого положения. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Меняются ролями, сохраняя право на дополнительное касание для подготовки удобной передачи. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Принимает под контроль и передаёт готовому партнёру низом.
10	Приём в сторону	Занятие 1. После остановки мягко выводят мяч в свободную сторону, не пересекая дорожку соседней пары. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Сравнивают два направления выхода и выбирают то, где легче увидеть готового партнёра. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Принимает под контроль и передаёт готовому партнёру низом.
11	Передача по треугольнику	Занятие 1. В тройке передают мяч по широкому треугольнику, сначала останавливая его перед каждым следующим действием. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Меняют направление после общей остановки и заранее готовят положение для следующего приёма. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Принимает под контроль и передаёт готовому партнёру низом.
12	Точность короткой передачи	Занятие 1. Выбирают одну из двух широких целей после приёма, ориентируясь на готовность партнёров. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Объясняют выбранное направление и повторяют эпизод без ограничения числа касаний. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Принимает под контроль и передаёт готовому партнёру низом.

№	Тема	Содержание двух занятий	Т/П	Контроль
13	Посмотри до приёма	Занятие 1. Перед получением мяча замечают показанный цветовой ориентир, затем спокойно принимают передачу подошвой. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Выбирают после приёма соответствующего готового партнёра и объясняют, когда успели увидеть свободную позицию. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Замечает свободную позицию и предлагает партнёру линию поддержки.
14	Угол поддержки	Занятие 1. В тройке сравнивают расположение в одну линию и широким треугольником на остановленном примере. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Передают мяч в удобной схеме, сохраняя две открытые линии и свободное расстояние между участниками. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Замечает свободную позицию и предлагает партнёру линию поддержки.
15	Передай и смени место	Занятие 1. После короткой передачи переходят к свободной метке шагом, не следуя точно за траекторией мяча. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Повторяют цикл в другую сторону и проверяют отсутствие встречных перемещений между партнёрами. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Замечает свободную позицию и предлагает партнёру линию поддержки.
16	Выбор адресата	Занятие 1. Получают мяч и выбирают одного из двух партнёров, чей коридор не закрыт условным ориентиром. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Объясняют выбор и показывают другую позицию поддержки после остановки эпизода. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Замечает свободную позицию и предлагает партнёру линию поддержки.

№	Тема	Содержание двух занятий	Т/П	Контроль
17	Промежуточная связка	Занятие 1. Принимают мяч подошвой, выполняют короткую передачу и перемещаются к свободной метке поддержки. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Получают обратный мяч, показывают управляемую остановку и объясняют принятое решение. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Замечает свободную позицию и предлагает партнёру линию поддержки.
18	Три адресата	Занятие 1. В малой группе сохраняют мяч спокойными передачами, каждый заранее показывает готовность к приёму. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. После остановки объясняют, как расположиться, чтобы у владеющего оставался выбор направления. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Меняет позицию без пересечения партнёра и выбирает открытую линию.
19	Условный защитник	Занятие 1. Передают мяч мимо неподвижного ориентира, используя свободный угол поддержки партнёра. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Заменяют ориентир участником в отдельной полосе, который только закрывает линию без сближения с ногами. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Меняет позицию без пересечения партнёра и выбирает открытую линию.
20	Смена после передачи	Занятие 1. Выполняют согласованную ротацию по трём меткам после передачи, сначала полностью шагом. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Меняют направление ротации после общего сигнала и проверяют свободные пути каждого участника. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Меняет позицию без пересечения партнёра и выбирает открытую линию.

№	Тема	Содержание двух занятий	Т/П	Контроль
21	Поддержка после потери	Занятие 1. После перехвата передачи спокойно перестраиваются к свободным меткам, не вступая в силовой отбор. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Начинают новый эпизод по сигналу и обсуждают расположение, которое помогло бы сохранить мяч. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Меняет позицию без пересечения партнёра и выбирает открытую линию.
22	Выход из тесноты	Занятие 1. Решают эпизод с закрытым ближним направлением через спокойную передачу назад либо в сторону. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Показывают на остановленной схеме, почему возвращение мяча партнёру может быть разумным решением. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Меняет позицию без пересечения партнёра и выбирает открытую линию.
23	Выбор и ротация	Занятие 1. Сочетают приём, выбор передачи и смену позиции в коротком эпизоде с условным защитником. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. После смены ролей повторяют задачу и дают одну подсказку о свободной линии поддержки. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Меняет позицию без пересечения партнёра и выбирает открытую линию.
24	Учебный регламент	Занятие 1. Разбирают правила игры три на три без вратарей, контакта, высоких ударов и отскоков от стен. Занятие 2. Пробуют короткий эпизод без счёта и уточняют границы площадки после общей остановки. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Соблюдает объявленный ввод и поддерживает партнёра без контакта.

№	Тема	Содержание двух занятий	Т/П	Контроль
25	Низовой ввод	Занятие 1. Показывают ввод неподвижного мяча после выхода за границу, дождавшись отхода соперников к обозначенной линии. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Меняются вводящими и принимающими, выбирают простую открытую передачу без спешки по секундомеру. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Соблюдает объявленный ввод и поддерживает партнёра без контакта.
26	Пустая цель	Занятие 1. Выполняют низовой удар в широкую пустую цель после контролируемого приёма без максимального усилия. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Выбирают между ударом и передачей партнёру по показанному свободному пространству. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Соблюдает объявленный ввод и поддерживает партнёра без контакта.
27	Игра с поддержкой	Занятие 1. Играют короткие отрезки с задачей после передачи предложить новый угол поддержки владеющему. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. На паузе показывают один удачный треугольник и повторяют эпизод с другими ролями. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Соблюдает объявленный ввод и поддерживает партнёра без контакта.
28	Смена игровых позиций	Занятие 1. Пробуют начинать эпизод из разных зон и договариваются о безопасной смене мест после передачи. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Сохраняют индивидуальный темп и останавливаются, если пути двух участников начинают пересекаться опасно. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Соблюдает объявленный ввод и поддерживает партнёра без контакта.

№	Тема	Содержание двух занятий	Т/П	Контроль
29	Спокойный спор	Занятие 1. Разыгрывают спорную ситуацию выхода мяча, восстанавливая правило через остановку и объяснение без обвинений. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Проводят короткую игру с помощником педагога, который замечает границу и сообщает о ней. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Соблюдает объявленный ввод и поддерживает партнёра без контакта.
30	Фестиваль мини-футбола	Занятие 1. Играют несколько коротких эпизодов с равным временем участия и заранее известной сменой составов. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Сравнивают качество поддержки в двух расстановках без ранжирования игроков по числу голов. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Соблюдает объявленный ввод и поддерживает партнёра без контакта.
31	Подготовка итоговой связки	Занятие 1. Выбирают доступную дистанцию приёма и передачи, размечают свободную метку для последующего открывания. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Проверяют последовательность отдельно и уточняют, куда посмотреть до получения мяча. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Управляет мячом и объясняет решение с учётом положения партнёров.
32	Репетиция решения	Занятие 1. Выполняют связку с двумя возможными адресатами и условным защитником в отдельной полосе. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Объясняют выбор передачи и повторяют с изменённой позицией партнёра без ускорения. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	1/1	Управляет мячом и объясняет решение с учётом положения партнёров.

№	Тема	Содержание двух занятий	Т/П	Контроль
33	Итоговая практическая работа	Занятие 1. Показывают приём подошвой, передачу и смену позиции, затем участвуют в короткой учебной игре. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Демонстрируют безопасный ввод и объясняют, как поддержать партнёра при закрытой ближней линии. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Управляет мячом и объясняет решение с учётом положения партнёров.
34	Повтор и завершение	Занятие 1. Повторяют необходимый фрагмент после адресной помощи и отмечают личное продвижение в контроле мяча. Сравнивают выполненное действие с показом педагога и называют полезную подсказку. Занятие 2. Проводят спокойную учебную игру со сменой ролей и совместно проверяют возврат инвентаря. Проверяют понятность условия и повторяют выбранный вариант после короткой обратной связи.	0/2	Управляет мячом и объясняет решение с учётом положения партнёров.

Всего по графику: 68 часов; теория 14, практика 54. Промежуточная работа предусмотрена к 17-й неделе; итоговая работа завершает обучение.

4. Содержание программы

4.1. Зал границы и безопасный контроль

Объём: 4 ч. Теория: 2 ч. Практика: 2 ч.

Теоретическое содержание

Нескользкое покрытие, граница, безопасная дистанция и отличие учебного мини-футбола от официального соревнования. Понятия проверяются через выбор действия в конкретной ситуации. Педагог показывает два варианта и предлагает объяснить, какой соответствует условию. Термины вводятся перед практикой; длительного заучивания определений нет. Ребёнок вправе уточнить инструкцию и продемонстрировать понимание жестом.

Практическая работа

Проводятся входные задания и знакомство с мячом пониженного отскока подходящего размера. Участники находят личный квадрат, мягко удерживают мяч неподвижной подошвой и снимают ногу без потери устойчивости. Ожидание организуется вне работающих зон. Сначала действие выполняется по образцу в простых условиях, затем самостоятельно с изменением одного параметра. Партнёры по очереди пробуют и наблюдают заранее названный признак. Педагог регулирует число попыток и паузы по качеству движения, прекращая серию до выраженного утомления. Ошибка обсуждается коротко,

после чего следует повтор с конкретной подсказкой. При необходимости сохраняется облегчённый вариант, позволяющий решить ту же учебную задачу.

Учебный результат: Готовность к безопасной работе в зале.

Контроль: Соблюдает границы и управляет мячом без опасного наступания.

4.2. Подошва ведение и разворот

Объём: 10 ч. Теория: 2 ч. Практика: 8 ч.

Теоретическое содержание

Контроль подошвой, короткое касание, устойчивость и поворот корпуса шагами. Подошва направляет мяч, но не служит площадкой для стояния. Понятия проверяются через выбор действия в конкретной ситуации. Педагог показывает два варианта и предлагает объяснить, какой соответствует условию. Термины вводятся перед практикой; длительного заучивания определений нет. Ребёнок вправе уточнить инструкцию и продемонстрировать понимание жестом.

Практическая работа

Осваиваются остановка медленного мяча подошвой, небольшое перекатывание перед собой, ведение внутренней стороной и смена направления. Действия выполняются сначала на месте, затем шагом. Разворот исключает резкое скручивание на неподвижной опорной ноге. Сначала действие выполняется по образцу в простых условиях, затем самостоятельно с изменением одного параметра. Партнёры по очереди пробуют и наблюдают заранее названный признак. Педагог регулирует число попыток и паузы по качеству движения, прекращая серию до выраженного утомления. Ошибка обсуждается коротко, после чего следует повтор с конкретной подсказкой. При необходимости сохраняется облегчённый вариант, позволяющий решить ту же учебную задачу.

Учебный результат: Управление мячом в личном квадрате.

Контроль: Контролирует мяч близко к себе и сохраняет устойчивое положение.

4.3. Приём и короткая передача

Объём: 10 ч. Теория: 2 ч. Практика: 8 ч.

Теоретическое содержание

Подготовленная опорная нога, подошва при приёме, внутренняя сторона стопы при передаче и удобное направление следующего действия. Понятия проверяются через выбор действия в конкретной ситуации. Педагог показывает два варианта и предлагает объяснить, какой соответствует условию. Термины вводятся перед практикой; длительного заучивания определений нет. Ребёнок вправе уточнить инструкцию и продемонстрировать понимание жестом.

Практическая работа

В парах выполняются низовые передачи через широкие ворота и приём подошвой. Затем принимающий мягко выводит мяч в удобную сторону и возвращает передачу. Расстояние подбирается по качеству; дополнительное

касание разрешено. Принимающий заранее показывает готовность. Сначала действие выполняется по образцу в простых условиях, затем самостоятельно с изменением одного параметра. Партнёры по очереди пробуют и наблюдают заранее названный признак. Педагог регулирует число попыток и паузы по качеству движения, прекращая серию до выраженного утомления. Ошибка обсуждается коротко, после чего следует повтор с конкретной подсказкой. При необходимости сохраняется облегчённый вариант, позволяющий решить ту же учебную задачу.

Учебный результат: Последовательность приёма и короткой передачи.

Контроль: Принимает под контроль и передаёт готовому партнёру низом.

4.4. Обзор до приёма и поддержка

Объём: 10 ч. Теория: 2 ч. Практика: 8 ч.

Теоретическое содержание

Обзор пространства до касания, угол поддержки, свободный адресат и повторное открывание. Решение готовится раньше получения мяча. Понятия проверяются через выбор действия в конкретной ситуации. Педагог показывает два варианта и предлагает объяснить, какой соответствует условию. Термины вводятся перед практикой; длительного заучивания определений нет. Ребёнок вправе уточнить инструкцию и продемонстрировать понимание жестом.

Практическая работа

Педагог показывает цвет или положение партнёра до передачи; принимающий замечает информацию, принимает мяч и выбирает действие. В тройках после передачи меняют позицию к свободной метке. Неделя семнадцать включает промежуточную связку с объяснением выбора. Сначала действие выполняется по образцу в простых условиях, затем самостоятельно с изменением одного параметра. Партнёры по очереди пробуют и наблюдают заранее названный признак. Педагог регулирует число попыток и паузы по качеству движения, прекращая серию до выраженного утомления. Ошибка обсуждается коротко, после чего следует повтор с конкретной подсказкой. При необходимости сохраняется облегчённый вариант, позволяющий решить ту же учебную задачу.

Учебный результат: Приём с осмысленным выбором следующей передачи.

Контроль: Замечает свободную позицию и предлагает партнёру линию поддержки.

4.5. Сохранение мяча и смена позиций

Объём: 12 ч. Теория: 2 ч. Практика: 10 ч.

Теоретическое содержание

Сохранение владения, безопасная дистанция, ротация и условный защитник. Смена позиции происходит после понимания пути партнёров. Понятия проверяются через выбор действия в конкретной ситуации. Педагог показывает два варианта и предлагает объяснить, какой соответствует условию. Термины

вводятся перед практикой; длительного заучивания определений нет. Ребёнок вправе уточнить инструкцию и продемонстрировать понимание жестом.

Практическая работа

Разбираются упражнения три участника без сопротивления, два против ориентира и три против условного защитника в ограниченной полосе. Защитник закрывает передачу, но не атакует ноги. Сначала позиции меняются шагом по сигналу, затем после собственной передачи. Сначала действие выполняется по образцу в простых условиях, затем самостоятельно с изменением одного параметра. Партнёры по очереди пробуют и наблюдают заранее названный признак. Педагог регулирует число попыток и паузы по качеству движения, прекращая серию до выраженного утомления. Ошибка обсуждается коротко, после чего следует повтор с конкретной подсказкой. При необходимости сохраняется облегчённый вариант, позволяющий решить ту же учебную задачу.

Учебный результат: Согласованная ротация с сохранением линий передачи.

Контроль: Меняет позицию без пересечения партнёра и выбирает открытую линию.

4.6. Учебная игра в ограниченном пространстве

Объём: 14 ч. Теория: 2 ч. Практика: 12 ч.

Теоретическое содержание

Адаптированные правила, низовой ввод, дистанция соперника и смена составов. Учебный регламент объявляется до начала игры. Понятия проверяются через выбор действия в конкретной ситуации. Педагог показывает два варианта и предлагает объяснить, какой соответствует условию. Термины вводятся перед практикой; длительного заучивания определений нет. Ребёнок вправе уточнить инструкцию и продемонстрировать понимание жестом.

Практическая работа

Игры три на три проходят в конусные либо закреплённые ворота без вратаря. После выхода мяча выполняется объявленный низовой ввод с неподвижного мяча; соперники отходят к обозначенной линии. Нет давления секундомером, игры в одно касание или обязательного силового отбора. Удары только низом в свободную цель. Сначала действие выполняется по образцу в простых условиях, затем самостоятельно с изменением одного параметра. Партнёры по очереди пробуют и наблюдают заранее названный признак. Педагог регулирует число попыток и паузы по качеству движения, прекращая серию до выраженного утомления. Ошибка обсуждается коротко, после чего следует повтор с конкретной подсказкой. При необходимости сохраняется облегчённый вариант, позволяющий решить ту же учебную задачу.

Учебный результат: Участие в малой игре с осмысленной поддержкой.

Контроль: Соблюдает объявленный ввод и поддерживает партнёра без контакта.

4.7. Итоговый эпизод и самостоятельное решение

Объём: 8 ч. Теория: 2 ч. Практика: 6 ч.

Теоретическое содержание

Практический контроль приёма, передачи, обзора и ротации. Итог оценивает понимание игры, а не скорость принятия решения любой ценой. Понятия проверяются через выбор действия в конкретной ситуации. Педагог показывает два варианта и предлагает объяснить, какой соответствует условию. Термины вводятся перед практикой; длительного заучивания определений нет. Ребёнок вправе уточнить инструкцию и продемонстрировать понимание жестом.

Практическая работа

Каждый выполняет связку с приёмом подошвой и выбором адресата, затем играет короткий эпизод с безопасной сменой позиции. Педагог задаёт вопросы о вводе и свободной линии. Повторная попытка сохраняет доступный темп и те же критерии. Сначала действие выполняется по образцу в простых условиях, затем самостоятельно с изменением одного параметра. Партнёры по очереди пробуют и наблюдают заранее названный признак. Педагог регулирует число попыток и паузы по качеству движения, прекращая серию до выраженного утомления. Ошибка обсуждается коротко, после чего следует повтор с конкретной подсказкой. При необходимости сохраняется облегчённый вариант, позволяющий решить ту же учебную задачу.

Учебный результат: Техническая связка и безопасный игровой выбор.

Контроль: Управляет мячом и объясняет решение с учётом положения партнёров.

5. Воспитание

Цель воспитательной работы: Развивать согласованность командных решений и уважительное отношение к начинающему партнёру.

• Совместное установление коротких правил заботы о партнёре и обсуждение конкретных ситуаций после остановки движения.

• Ротация посильных ролей помощника, исполнителя, наблюдателя и ответственного за возврат инвентаря.

• Поддержка честной попытки и понятной просьбы о помощи без публичного сравнения физических возможностей.

Период	Мероприятие и форма работы	Ожидаемое проявление
1-2 недели	Договор о безопасном зале.	Участники сохраняют свободные границы.
7 неделя	Контроль важнее спешки.	Дети принимают дополни-тельное касание.
12 неделя	Удобная передача партнёру.	Сила регулируется по готовности принимающего.

Период	Мероприятие и форма работы	Ожидаемое проявление
17 неделя	Объяснение поддержки.	Подсказки относятся к позиции.
23 неделя	Ротация без столкновений.	Участники заранее согласуют пути.
29 неделя	Спор о границе.	Эпизод спокойно останавливается и возобновляется.
34 неделя	Равное участие.	Команды обеспечивают смену ролей для каждого.

Обсуждаются конкретные поступки: предупреждение о помехе, соблюдение очереди, понятная помощь. Личность и убеждения не оцениваются. Публичное выступление можно заменить индивидуальным объяснением.

6. Планируемые результаты

6.1. Предметные результаты

• Проверяет покрытие и свободное место до работы с мячом.

• Останавливает медленный мяч подошвой без опасного наступания.

• Выполняет короткое ведение и разворот в собственной зоне.

• Принимает и передаёт низом в удобном для партнёра темпе.

• До приёма замечает свободного партнёра или коридор.

• После передачи предлагает новую линию поддержки.

• Меняет позиции без встречного столкновения.

• Применяет учебное возобновление и отличает его от официального регламента.

6.2. Метапредметные результаты

• Выделяет главное условие задания и проверяет его выполнение после собственной попытки.

• Даёт товарищу короткую предметную подсказку, принимает обратную связь и выбирает корректировку.

• Работает в разных ролях, согласует начало и окончание общего действия.

6.3. Личностные результаты

• Соблюдает согласованные правила, возвращает инвентарь на место, сообщает об опасной ситуации.

• Использует уважительные формулировки при обсуждении ошибок и различий в возможностях участников.

• Называет личное учебное продвижение и посильный следующий шаг без публичного ранжирования детей.

Предметные результаты подтверждаются наблюдением за учебными действиями и оценочными заданиями из раздела 9. Итог оценивает освоение

правил и безопасного способа действия, а не силу, массу тела, скорость любой ценой или выполнение обязательного спортивного норматива. Личностные результаты обсуждаются в самооценке и педагогическом наблюдении без отметок за убеждения, сравнения личности ребёнка с другими детьми и публичного рейтинга.

7. Ресурсное обеспечение

7.1. Кадровые и материальные условия

Программу реализует педагогический работник, отвечающий требованиям статьи 46 Федерального закона № 273-ФЗ и квалификационным требованиям к занимаемой должности. При назначении педагога дополнительного образования учитывается профессиональный стандарт, утверждённый приказом Минтруда России от 22.09.2021 № 652н. Организация проверяет образование, подготовку по безопасности и первой помощи, а также предусмотренные законом допуски работника.

Педагог, владеющий начальной методикой мини-футбола, обучением контролю подошвой, безопасной ротацией и организацией бесконтактной игры; знает порядок первой помощи.

Нескользкий зал с обозримой размеченной площадкой, свободными зонами ожидания и безопасным расстоянием до стен.

• 8-15 возрастных мячей пониженного отскока для мини-футбола.

• 20 мягких конусов и 15 плоских меток.

• Закреплённые мини-ворота либо мягкие конусные цели.

• Манишки двух цветов по 8 штук, подходящие защитные щитки для игровой работы.

7.2. Учебные средства и доступные варианты

• Печатные схемы треугольника поддержки и карточки учебных правил.

• Материалы FIFA Training Centre для педагога; задания адаптируются, обязательной игры в одно касание нет.

При недостаточной площади используются личные квадраты и пары; малая игра не проводится в тесноте.

Без ворот применяются конусные цели; это полноценный учебный вариант низовой передачи, но не официальный матч.

7.3. Методическое обеспечение

Контроль подошвой разучивается с медленного мяча и устойчивой опоры на другую ногу. Педагог показывает лёгкий контакт, затем вывод в удобную сторону. Если ребёнок наступает на мяч всем весом, возвращаются к неподвижному мячу и отдельному снятию ноги.

Игровой метод использует паузу до приёма: участник замечает партнёра, получает мяч и выбирает действие. Ротация осваивается сначала без мяча,

затем с передачей. Ограничение одним касанием не вводится, пока оно вынуждает торопиться и ухудшает безопасность.

Обратная связь касается одного наблюдаемого признака. Педагог называет нужное действие и предоставляет новую попытку. Напарник не исправляет тело руками. Помощь сокращается от показа к жесту и самостоятельному выбору; при повторении ошибки упрощаются исходные условия.

Ребёнок выбирает из двух заранее проверенных вариантов. Объяснение возможно устно, жестом или показом. Обязательные дневники, видеосъёмка и публикация результатов не предусмотрены.

7.4. Безопасность

• Зал имеет нескользкое покрытие и свободное пространство вокруг разметки; игра от стен не используется.

• Мяч пониженного отскока соответствует возрасту и условиям; ворота закреплены либо заменены мягкими конусными целями.

• На мяч нельзя вставать всем весом; подошва лишь мягко контролирует его при устойчивой другой ноге.

• Подкаты, захваты, толчки, силовой прессинг и контакт у ноги владеющего запрещены.

• Игра головой, высокие удары и силовые удары в сторону людей исключены.

• При возобновлении участники занимают обозначенные места; ввод не выполняется до готовности площадки.

• При боли, головокружении или необычной слабости участник останавливается и сообщает педагогу.

• Подбор мяча за границей выполняется после остановки эпизода; нельзя выбегать на соседнюю работающую площадку.

Перед каждым новым видом практики педагог проводит целевой инструктаж, проверяет исправность оборудования и понятность сигнала остановки. При неисправности или небезопасных условиях работа прекращается; обучающийся обращается к педагогу. Сведения об инструктажах оформляются по локальному порядку.

Нагрузка подбирается по возрасту, подготовленности, состоянию здоровья и медицинским ограничениям. При боли, головокружении, выраженной одышке или недомогании упражнение прекращается; педагог действует по утверждённому порядку первой помощи и вызова медицинской помощи. Занятия на сыром или повреждённом покрытии не проводятся. Максимальные усилия и выполнение задания через боль не используются.

7.5. Индивидуализация и специальные условия

Увеличиваются личный квадрат, ворота и время подготовки передачи; выбирается более мягкий мяч подходящего отскока. Дополнительные касания разрешены, ведение выполняется шагом. Если приём подошвой недоступен,

согласуется другой безопасный способ контроля с честной фиксацией освоенного варианта.

Инструкция даётся краткой речью, показом и крупной разметкой. Звуковой сигнал при необходимости дублируется жестом; сложный маршрут сокращается. Другие дети не страхуют. Согласованная помощь взрослого применяется при безопасных условиях для всех.

При ограничениях допустимые действия согласуются с семьёй и специалистами в установленном порядке. Диагноз публично не обсуждается. Наблюдение не подтверждает двигательный навык: нужна практическая попытка в разрешённых условиях. Если эквивалентное действие недоступно, уточняются индивидуальный план и ожидаемый результат.

При обучении ребёнка с ОВЗ или инвалидностью условия и, при необходимости, адаптированная программа разрабатываются индивидуально с учётом рекомендаций ПМПК и ИПРА, если они применимы, доступности среды и возможностей организации. Медицинские сведения не обсуждаются публично. Участие в программе не подменяет необходимую коррекционную помощь, лечение или медицинскую реабилитацию.

8. Список литературы и электронных ресурсов

8.1. Нормативные и методические источники

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», статьи 2, 12, 28, 30, 75 и 84. Применяется в действующей редакции. http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001201212300007

Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202209270013

Методические рекомендации по разработке дополнительных общеразвивающих программ, в том числе в части интеграции с учебными предметами «Труд (технология)», «Музыка», «Изобразительное искусство», «Физическая культура». Письмо Минпросвещения России от 23.01.2026 № АБ-254/06. Рекомендуемая основа структуры и содержания.

https://gal.edummr.ru/wp-content/uploads/2026/02/metodicheskie_rekomendatsii_254_06_23_01_2026.pdf

СП 2.4.2.4283-26, утверждённые постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 19. Действуют с 01.09.2026.

http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202606020083

Приказ Минздрава России от 19.05.2026 № 484н. Порядок медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом. Действует с 01.09.2026; для физкультурно-спортивных общеразвивающих программ применяются, в частности, пункты 35-38.

https://publication.pravo.gov.ru/document/0001202606020034

СанПиН 1.2.3685-21, постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2. Установленный срок действия до 01.03.2027; применимые нормы на последующий период необходимо уточнить до этой даты. http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202102030022

Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», приказ Минтруда России от 22.09.2021 № 652н. Применяется при кадровом обеспечении в установленном порядке.

https://mintrud.gov.ru/docs/mintrud/orders/2203

8.2. Ресурсы по содержанию программы

FIFA Training Centre Passing to keep possession. Педагогический ориентир поддержки игрока с мячом и открытых линий передачи; схема адаптирована для начинающих без ограничения одним касанием.

https://www.fifatrainingcentre.com/en/practice/futsal/block-1/passing-to-keep-possession.php

ВОЗ Физическая активность. Справочный материал для педагога о значении регулярного движения; не используется для назначения лечебных нагрузок.

https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity

ЮНЕСКО Качественное физическое воспитание. Методические ориентиры разнообразия двигательного опыта и доступного участия; конкретные занятия и критерии разработаны автором программы.

https://www.unesco.org/en/quality-physical-education?hub=132471

Педагог заранее проверяет актуальность правил, доступность ресурса и условия использования. Правила вида спорта используются как основа объяснения; упрощённые учебные игры проводятся по обозначенным в программе условиям и не выдаются за официальное спортивное соревнование. Изменение оборудования допустимо при сохранении безопасности и заявленного результата.

9. Оценочные материалы

9.1. Входная диагностика

Невыборочная диагностика на первой неделе, внутри двух занятий. За выполнение после обычной инструкции 1 балл, при необходимости дополнительного обучения 0; безопасный отказ отмечается отдельно. Это не медицинское обследование.

№	Вопрос или задание	Ключ или ожидаемое действие	Балл
1	Можно ли стоять всем весом на мяче?	Нет; контроль подошвой лёгкий, другая нога сохраняет устойчивую опору.	1

№	Вопрос или задание	Ключ или ожидаемое действие	Балл
2	Почему нельзя играть от стены в этой программе?	Граница и свободная зона нужны для безопасного ориентирования; отскоки от стен не входят в правила.	1
3	Покажи остановку медленного мяча безопасным способом.	Управляемо останавливает мяч в личной зоне без потери равновесия.	1
4	Куда посмотреть до приёма мяча?	На свободное пространство и готовых партнёров.	1
5	Нужно ли обязательно играть в одно касание?	Нет; разрешены дополнительные касания для контроля и безопасного решения.	1
6	Что делать после передачи?	Предложить новую свободную линию поддержки, не пересекать путь партнёра.	1

Всего 6 баллов: 0-2 требуют подробного показа; 3-4 допускают основной вариант с карточкой; 5-6 позволяют дополнительный выбор. Результат не служит основанием отказа. Правила остановки повторяют до самостоятельной работы.

9.2. Промежуточная работа

Период: к 17-й учебной неделе.

В тройке прими спокойную передачу подошвой, направь мяч готовому партнёру внутренней стороной стопы и перейди к свободной метке. Получи обратный мяч. Объясни, куда посмотрел до приёма и почему новая позиция удобна.

• Проверь устойчивую опору и свободные линии.

• Выполни приём, передачу и переход.

• Назови выбор и повтори после изменения одного ориентира.

Критерий	Балл	Правила начисления баллов
Безопасность	2	0: действие не продемонстрировано либо остаётся небезопасным; 1: соблюдает зоны после напоминания; 2: самостоятельно сохраняет устойчивость и дистанцию.
Приём подошвой	2	0: действие не продемонстрировано либо остаётся небезопасным; 1: контролирует после показа; 2: мягко останавливает без переноса веса на мяч.
Короткая передача	2	0: действие не продемонстрировано либо остаётся небезопасным; 1: регулирует после подсказки; 2: передаёт удобно готовому партнёру.
Поддержка	2	0: действие не продемонстрировано либо остаётся небезопасным; 1: переходит по указанию; 2: сам выбирает свободную линию.

Максимум 8 баллов. Освоение: не менее 5 баллов и 2 балла за безопасность. При ином результате проводится адресный разбор и повторная практическая попытка на ближайшем занятии. Опасное действие немедленно останавливается.

9.3. Итоговая практическая работа

Покажи приём подошвой, короткую передачу одному из двух готовых партнёров и смену позиции к свободной метке. Затем участвуй в учебной игре три на три по объявленным правилам без контакта и высоких ударов. Продемонстрируй низовой ввод после выхода мяча. Объясни решение при закрытой ближайшей линии. Голы, скорость и число касаний не определяют оценку.

Что предъявляет обучающийся

• Практическая связка приёма, передачи и поддержки.

• Индивидуальное решение в игровой ситуации.

• Показ безопасного низового ввода.

Порядок выполнения

• Уточни учебные правила и границы.

• Посмотри на партнёров до приёма.

• Выполни техническую связку.

• Сыграй короткий эпизод с ротацией.

• Покажи ввод после выхода мяча.

• Объясни выбор и повтори нужный элемент.

Вопросы для обсуждения результата

• Почему подошва не должна нести весь вес тела на мяче?

• Какую информацию полезно увидеть до приёма?

• Когда передача назад помогает сохранить мяч?

• Почему учебный ввод нельзя считать полной официальной процедурой соревнования?

Критерий	Балл	Уровни выполнения
Безопасность	3	0: действие не продемонстрировано; 1: действует лишь после повторных остановок; 2: соблюдает условия с одним напоминанием; 3: самостоятельно проверяет пространство, сигнал и готовность участников.
Техника	3	0: действие не продемонстрировано; 1: выполняет часть действий с подробным показом; 2: выполняет основные действия с одной подсказкой; 3: управляемо выполняет все согласованные действия.

Критерий	Балл	Уровни выполнения
Решение задачи	3	0: действие не продемонстрировано; 1: теряет последовательность без сопровождения; 2: сохраняет последовательность с подсказкой; 3: самостоятельно выбирает действия по изменённому условию.
Объяснение	3	0: действие не продемонстрировано; 1: называет правило после наводящих вопросов; 2: объясняет правило на знакомом примере; 3: объясняет правило и безопасную альтернативу.
Сотрудничество	3	0: действие не продемонстрировано; 1: нуждается в постоянной помощи при смене ролей; 2: принимает очередь и подсказку; 3: согласует действия, меняет роли и применяет предметную подсказку.

Максимум 15 баллов. Освоение: не менее 10 баллов и 3 балла за безопасность. Опасное действие приостанавливает работу независимо от суммы. После коррекции предоставляется повторная попытка на 34-й неделе. Оцениваются освоенные действия и решения, а не физический максимум или превосходство над другими детьми.

Записываются дата, действие, помощь, индивидуальный вариант и рекомендация. Медицинская информация не публикуется. Физические показатели и внешность не ранжируются; домашние видео и отчёты не требуются.

10. Методические материалы

10.1. Треугольник поддержки за 40 минут

Цель: Соединить приём, передачу и смену позиции.

Материалы: Мячи, метки треугольников.

Порядок работы

1. 0-4 минуты: готовность и правила контроля подошвой.
2. 4-12 минут: разминка и короткие касания.
3. 12-20 минут: приём подошвой и передача в парах.
4. 20-29 минут: передача по треугольнику с переходом к свободной метке.
5. 29-35 минут: выбор адресата при закрытой условным ориентиром линии.
6. 35-40 минут: спокойное завершение и объяснение поддержки.

Проверка: Приём устойчивый, переход не пересекает партнёра.

Дополнительная задача: Добавить обзор цветовой карточки до приёма.

Методический комментарий: Если дети следуют за мячом и сталкиваются, разучить ротацию без мяча.

10.2. Мягкая подошва

Цель: Освоить контроль без опасного наступания.

Материалы: Мяч на личной нескользкой площадке.

Порядок работы

1. Занять устойчивую стойку.
2. Легко коснуться неподвижного мяча подошвой.
3. Снять ногу и вернуть на пол.
4. Принять медленно поданный мяч.
5. Вывести его немного в удобную сторону.
6. Повторить с обратной связью о равновесии.

Проверка: Вес не переносится на мяч, остановка управляемая.

Дополнительная задача: Соединить с короткой передачей.

Методический комментарий: При скольжении остановить работу и проверить покрытие и обувь.

10.3. Сначала обзор

Цель: Выбрать передачу до потери пространства.

Материалы: Два партнёра и условный закрытый коридор.

Порядок работы

1. Посмотреть на расположение партнёров.
2. Назвать свободную линию.
3. Принять мяч в удобной позиции.
4. Передать готовому адресату.
5. Открыться к свободной метке.
6. Объяснить другой вариант при изменении расположения.

Проверка: Решение опирается на пространство, дополнительное касание допустимо.

Дополнительная задача: Изменить позицию одного партнёра после остановки.

Методический комментарий: Не торопить секундомером и не требовать паса в одно касание.

10.4. Основные понятия

Понятие	Пояснение
Мини-футбол	Игра с мячом ногами уменьшенным составом в ограниченном пространстве.
Контроль подошвой	Мягкая остановка или направление мяча нижней поверхностью стопы.
Обзор	Наблюдение за пространством и партнёрами до действия.
Угол поддержки	Положение партнёра, создающее удобную линию передачи.

Понятие	Пояснение
Ротация	Согласованная смена игровых позиций.
Владение	Управляемое сохранение мяча своей группой.
Низовой ввод	Объявленный учебный способ возобновления неподвижным мячом по полу.
Коридор	Свободная полоса для движения либо передачи.
Адресат	Партнёр, которому направляется передача.